

9 день цикла: меню(аллергия на рыбу)

рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	ЭЦ, ккал
Завтрак							
71	Огурец свежий порциями	60	13,00	0,48	0,06	1,5	8,4
265	Плов из свинины(свинина мякоть, крупа рис, лук репч морковь, томат, раст. масло, йодир. Соль)	40/160	44,38	16,29	12,35	42,78	347,82
389	Сок фруктовый (в ассортименте)	200	14,00	0,20	0,26	22,60	92,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	20/20	3,20	2,89	0,47	17,91	87,60
	Итого:	500	74,58	19,86	13,14	84,79	535,82
Обед							
24	Салат из помидоров и огурцов (помидор св.,огурец св.,лук репчатый,масло раст.,соль йодир.)	60	12,00	0,5	3,69	2,21	45,17
101	Суп картофельный с рисом на бульоне из мяса цыплят, зеленью (картофель п/ф., крупа рис., морк., лук репч., мясо кур, масло раст., укроп зелень, йодир. соль)	200/15/1	24,95	5,82	5,82	14,06	132,23
298/331	Куриные шарики с сыром с соусом сметанным с томатом (мясо цыплят, сметана 155, томат пюре, сыр, соль йод., масло раст., хлеб пшеничный)	60/30	40,38	11,39	15,04	9,00	217,98
302	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, соль йодированная, масло сливочное)	150	15,00	9,02	6,69	40,81	259,18
349	Компот из смеси сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар, лимон. кислота)	200	8,00	0,00	0,00	19,98	79,87
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	4,10	3,75	0,61	22,42	110,40
	Итого:	751	104,43	30,48	31,85	108,48	844,83
	Всего:	1251	179,01	50,34	44,99	193,27	1 380,65

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством

Абу-Могушевова

ООО «Школьное питание г.о. Жигулевск»
 Директор С.А.Кустова

Меню на "26" сентября 2024г
 Возрастная категория с 7 до 11 лет

ГБОУ СОУОШ № 13/10
 Директор _____

Согласовано

9 день цикл. меню (молочный белок)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб	Химический состав			
				белки, г	жиры, г	углеводы, г	Эн, ккал
Завтрак							
71	Огурец свежий порциями	60	13,00	0,48	0,06	1,5	8,4
265/2011	Плов из свинины (свинина мякоть, крупа рис., лук репч. морковь, томат, раст. масло, йодир. Соль)	40/160	44,38	16,29	12,35	42,78	347,82
389	Сок фруктовый (в ассортименте)	200	14,00	0,20	0,26	22,60	92,00
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	20/20	3,20	2,89	0,47	17,91	87,60
	Итого:	500	74,58	19,86	13,14	84,79	535,82
Обед							
24	Салат из помидоров и огурцов (помидор св., огурец св., лук репчатый, масло раст., соль йодир.)	60	12,00	0,5	3,69	2,21	45,17
106	Суп картофельный с рыбными консервами (картофель, морковь, лук репч., крупа, раст. масло, укроп зелень, консервы рыбные, йодир. соль)	200/1	23,95	1,75	2,31	14,06	128,03
298/540	Куриные шарики с соусом красным основным (мясо цыплят, томат пюре, соль йод., масло раст., хлеб пшеничный)	60/30	40,38	11,39	15,04	9,00	217,98
302/2011	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, соль йодированная, масло растит.)	150	15,00	9,02	6,69	40,81	259,18
349	Компот из смеси сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар, лимон. Кислота)	200	8,00	0,00	0,00	19,98	79,87
ПР	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный (мука пшеничная, ржаная, дрожжи, соль йодир.)	30/20	4,10	3,75	0,61	22,42	110,40
	Итого:	751	103,43	26,41	28,34	108,48	840,63
	Всего:	1251	178,01	46,27	41,48	193,27	1 376,45

Продукты не содержат ГМО

Заведующий производством _____

А.В.Иванов